WYCHOWANIE FIZYCZNE W SZKOLE
1934-5 — N 8
WARSZAWA



Ś. P. PŁK. D-R WŁADYSŁAW LEON PIOTR OSMOLSKI

Ś. P. PŁK. D-R
WŁADYSŁAW LEON PIOTR OSMOLSKI

Dnia 7 kwietnia zmarł nagle Płk. d-r Władysław Leon Piotr Osmolski. Trudno słowami wyrazić żal, jaki spowodowała ta wiadomość w sercach tych wszystkich, którzy znali ś. p. Płk. Osmolskiego osobiście, bądź też ze świetnych prac publicystycznych. Tembardziej trudno pogodzić się z tą myślą, że zmarły do ostatnich chwil życia odznaczał się ogromną energją, czego dowodem jest, równolegle z piastowaniem stanowiska szefa sanitarnego D. O. K. Poznań, prowadzenie wykładów z teorji wychowania fizycznego na Uniwersytecie Warszawskim i Wileńskim oraz ożywiona działalność publicystyczna.

Ś. p. Płk. Osmolski urodził się 28 czerwca 1883 roku w Warszawie, gdzie ukończył V gimnazjum w roku 1902. Studja lekarskie rozpoczyna w Warszawie. Relegowany za udział w Strajku Szkolnym, udaje się do Krakowa i tam dokańcza studjów lekarskich. Studjuje następnie w Instytucie Bakterjologicznym w Odesie i bierze udział w dwóch ekspedycjach przeciwdżumowych do Arabji. Na parę lat przed wybuchem wielkiej wojny pracuje w warszawskim szpitalu oftalmicznym.

W roku 1914 wstępuje w szeregi służby sanitarnej armji rosyjskiej, gdzie pełni obowiązki starszego lekarza czołówki Czerwonego Krzyża. Po zawarciu pokoju w Brześciu wraca do kraju i natychmiast zaciąga się w szeregi Straży Obywatelskiej, a następnie P. O. W. Od tej pory ś. p. D-r Osmolski pracuje wybitnie w dwóch kierunkach: służby wojskowej i wychowania fizycznego najszerzej pojętego.

W roku 1917 wydaje z prof. T. Heryngiem dzieło zbiorowe p. t. „Higjena Sportu". W styczniu 1918 r. powołany zostaje przez ministra W. R. i O. P. A. Ponikowskiego na stanowisko referenta higjeny szkolnej i wychowania fizycznego i tworzy pierwsze przepisy z dziedziny higjeny szkolnej, ogłoszone w Dz. Urz. Min. W. R. i O. P. z roku 1918. Latem tegoż roku organizuje pierwszy kurs dla kierowników ćwiczeń cielesnych przy Uniwersytecie Warszawskim. Na jesieni powołuje do życia czasopismo „Sport Polski" i bierze wybitny udział w organizacji Pierwszego Zjazdu Towarzystw Gimnastycznych i Sportowych, jako przewodniczący Komitetu Wykonawczego i Sekcji Odczytowej. Na tym Zjeździe, który był pierwszą manifestacją idei wychowania fizycznego w Polsce od czasów Komisji Edukacji Narodowej, Osmolski wygłasza wspaniałe przemówienie, protestując w obecności władz okupacyjnych

przeciwko rozwiązywaniu Sokoła i Harcerstwa. Pamiętne to przemówienie zakończył śmiałym i ładnym wierszem:

„Gdy przyjdzie pora,
Jutro jak wczora
Proch na proch weźmiem,
Glinę na ołów,
Pożary wstaną z popiołów".

W listopadzie tegoż roku wstępuje jako peowiak do Legji Akademickiej i z nią podąża pod Lwów, gdzie zostaje kontuzjowany. W roku 1919 tworzy na terenie wojskowym Wydział Wychowania Fizycznego, z pomocą ś. p. D-ra Alojzego Pawełka. Następnie mianowany zostaje szefem Sanitarnym II Brygady, potem II Dywizji Legjonów, a wreszcie w roku 1920 szefem Sanitarnym II Armji. W roku 1921 obejmuje wykłady w doświadczalnem Centrum Wyszkolenia Armji w Rembertowie i wkrótce zostaje mianowany dowódcą Baonu Oficerskiej Szkoły Sanitarnej. W roku 1922 udaje się na dwumiesięczne studja do Normalnej Szkoły Gimnastyki i Szermierki w Joinville-le-Pont pod Paryżem. W roku 1923 (marzec) wydaje czasopismo „Wychowanie Sportowe i Wojskowe", które w maju tegoż roku przekształca na tygodnik „Stadjon" i zasila przez szereg lat świetnemi artykułami. Powstały w tym czasie Związek Dziennikarzy Sportowych wybiera Go na pierwszego prezesa. W roku 1926 zostaje dowódcą Centralnej Wojskowej Szkoły Gimnastyki i Sportów w Poznaniu, a w roku 1929 obejmuje wykłady zlecone z teorji wychowania fizycznego na wydziale humanistycznym Uniwersytetu Warszawskiego. W 1930 zostaje powołany na stanowisko dyrektora C. I. W. F. na Bielanach w randze pułkownika. Pod koniec 1931 przeniesiony zostaje na stanowisko komendanta Szkoły Podchorążych Sanitarnych, a w roku 1933 na stanowisko szefa sanitarnego D. O. K. Poznań, które to obowiązki pełnił do dnia 31 marca b. r. Był też członkiem Rady Naukowej Wychowania Fizycznego od początku jej istnienia.

6 kwietnia udał się w podróż do Liberji, gdzie z ramienia Ligi Morskiej i Kolonjalnej miał organizować służbę sanitarną.

Zaiste pracowity wiódł żywot, gdyż dewizą Jego było:

„Nie być na tym świecie zbytecznym, a to znaczy: trzeba na tym świecie coś zrobić, coś ponad siebie, większego od siebie, a przynajmniej innym do tego wszystkiemi siłami dopomóc. Bez tego życie nie ma żadnego sensu".

Dawał więc przykład czynem, nauczał — słowem i piórem; nie przyjmował żadnych stanowisk li tylko dla zaszczytów, lub zaspokojenia ambicji, ale dla pracy, którą się pasjonował.

Jego dorobek piśmienniczy przedstawia się następująco:

Higjena Sportu. 1917. Warszawa. Dz. zb., redakcja wspólnie ze ś. p. prof. T. Heryngiem i współpraca.

Lekka Atletyka. 1920. Warszawa.

Rola sportu w wychowaniu etycznem. 1922. Warszawa.

Stosunek Sportu do Wychowania Fizycznego. 1926. Warszawa.

Budowa Terenów Sportowych. 1929. Warszawa. Dz. zb., redakcja wspólnie z H. Jeziorowskim i współpraca.

Zaniedbane Drogi Wychowawcze. 1929. Warszawa.

Sport jako Zjawisko Biologiczne. 1930. Warszawa.

Wychowanie Fizyczne w Polsce. 1932 Warszawa.

Medycyna Sportowa. 1935. Warszawa. Dz. zb., redakcja i współpraca.

Teorja Sprawności Ruchowej. 1935. Warszawa.

Pozatem jest autorem szeregu cennych przedmów do książek: ppłk. Missiury, Skierczyńskiego i Krawczykowskiego, Mazurkowej i Skierczyńskiego (w druku), Jeziorowskiego i wielu innych.

Za zasługi położone w swem pracowitem życiu ś. p. Płk. Osmolski został wyróżniony następującemi odznaczeniami: Krzyżem Niepodległości, Oficerskim Orderem Odrodzenia Polski, Krzyżem Walecznych (czterokrotnie), Złotym Krzyżem Zasługi, szwedzkim Orderem Wazy II klasy, rumuńskim Orderem „Meritul Sanitar", czeskim Orderem Białego Lwa i innemi.

Na kartach naszego czasopisma, które od półtora roku, aż do ostatniego zeszytu, zasilał Zmarły swemi artukułami, dzisiaj dopełniamy smutnego obowiązku pożegnania najwybitniejszego współpracownika naszego, a patrząc wstecz na całokształt dorobku Jego życia stwierdzamy, że ś. p. Płk. D-r Władysław Leon Piotr Osmolski dobrze się zasłużył sprawie wychowania fizycznego.

Cześć Jego pamięci!

ORGANIZACJA WAKACYJNYCH KURSÓW WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

Referat wygłoszony w Ministerstwie W. R. i O. P. na zjeździe wizytatorów i instruktorów W. F. 1934 r.

Wakacyjne kursy wychowania fizycznego, organizowane przez Ministerstwo od 1918 r., stały się jedną z najpospolitszych form dokształcania czynnych nauczycieli ćwiczeń cielesnych, zatrudnionych we wszelkiej kategorji szkołach.

Kursy dla nauczycieli (lek) szkół powszechnych ze względu na dużą liczbę kandydatów (tek) organizowane bywają na terenie wszystkich kuratorjów, są zawsze koedukacyjne, a dostęp do nich mają nauczyciele z różnych okręgów, przyczem kierują się oczywiście względami natury czysto osobistej. Natomiast kursy dla pracowników szkół średnich ogólnokształcących, seminarjów i szkół zawodowych z reguły organizowano łącznie dla wszystkich okręgów i dzielono na kursy żeńskie i męskie.

Organizacja i program kursów dla nauczycieli szkół powszechnych były od dawna ustalone, materjał bowiem programowy kursów, potrzebny dla szkoły powszechnej był rozdzielony na dwa skolei następujące po sobie kursy tak, że w ciągu dwóch lat nauczyciel zapoznawał się w formie zwięzłej z całokształtem wiadomości z zakresu ćwiczeń cielesnych, objętych programem szkoły powszechnej.

Kursy ogólnokształcące dla nauczycieli (lek) pozostałych typów szkół miały do ostatniego roku włącznie (1934) program olbrzymi, obejmujący niemal wszystkie zagadnienia, dotyczące wychowania fizycznego w szkołach. Materjał ten był z konieczności mocno skondensowany, nawet często pobieżny, a więc i stosunkowo mało wartościowy. Pomimo skracania materjału, tak teoretycznego, jak i praktycznego, liczba godzin pracy dziennej dochodziła do 8, co powodowało duże przepracowanie i przemęczenie uczestników. Program w przybliżeniu obejmował: gimnastykę praktyczną i teoretyczną — 2 godz. dziennie, pływanie i wioślarstwo — 2 godz. (w grupach), gry sportowe — 1 godz., lekkoatletyka — 1 godz., gry polowe — 2 godz. Ten wymiar czasu na poszczególne rodzaje ćwiczeń jest minimalny, a zakres wiadomości bądź technicznych, bądź teoretycznych, objętych nim, nie może dać istotnych korzyści nauczycielowi. Należy też wziąć pod uwagę ogólne wyczerpanie nauczycieli (lek) pod koniec roku szkolnego, tembardziej

więc w czasie kursu zmęczone uczestniczki nieraz z wielkim trudem pracują i znacznie słabiej reagują na wszystko, niżby to zachodziło wtedy, gdyby układ kursu dawał im warunki lepsze, t. j. więcej czasu dla odpoczynku. W dotychczasowym stanie rzeczy nie było wolnej chwili na lekturę, przeprowadzanie dyskusyj, omawianie pewnych zagadnień wychowawczych, a nawet uporządkowanie notatek. Wreszcie program nie pomieszczał bardzo ważnych dziedzin wychowania fizycznego, jak: łucznictwo i strzelanie, drobne gry i zabawy, tańce narodowe i pląsy. Często nie starczało czasu na przygotowanie i zdobycie, lub ponowienie P. O. S., a często też przemęczenie i wyczerpanie uniemożliwiało uczestnikom kursu branie udziału w ćwiczeniach do P. O. S. Ćwiczenia i gry polowe, które w nowym programie zostały mocno rozbudowane, były na kursach z konieczności traktowane bardzo pobieżnie i również kosztem zmęczenia kursistów (tek). Wymagają one bardzo dużo ruchu w różnych terenach i warunkach, dużo uwagi i skupienia, na co uczestnicy (czki) często , po wielogodzinnej pracy fizycznej, zdobyć się już nie mogą. Wskutek nagromadzenia zajęć pory odpoczynku były stosunkowo za krótkie, nadto zaś częstokroć zużytkowywano je na badania lekarskie lub załatwianie pewnych koniecznych spraw osobistych słuchaczy (czek), a nie na leżenie lub nawet sen, co przy tego rodzaju pracy jest wprost koniecznością.

Z powyższego wynika, że pomimo dużej liczby godzin pracy rezultaty osiągane są nieproporcjonalne do nakładu energji i najlepszej woli zarówno uczestników (czek), jak kierowników (czek) i instruktorów (rek).

Nagromadzenie tak wielkiego, choć jeszcze niecałkowitego materjału ćwiczebnego w programach kursów powstało z konieczności wskutek wymagań, stawianych dziś nauczycielom (kom) ćwiczeń cielesnych. Niema przedmiotu w nauce szkolnej, któryby wymagał od nauczyciela (ki) tylu specjalności, często nawet niepodobnych do siebie, o różnych zgoła nastawieniach, jak dzisiejsze ćwiczenia cielesne. Nie miejsce tu na przeprowadzanie analizy poszczególnych typów ćwiczeń, wspomnę więc tylko porównawczo, że żaden przyrodnik nie uczy całokształtu wiadomości o przyrodzie, jak i humanista nie udziela wszelkiej wiedzy z zakresu humanistyki. Nauczyciel ćwiczeń cielesnych, chcąc stać dzisiaj na poziomie wymagań szkoły, znać musi do głębi teoretycznie i praktycznie cały szereg różnych rodzajów i działów ćwiczeń cielesnych (gimnastyka, wszelkie sporty), prócz tego powinien posiadać przygotowanie pedagogiczne, a także nie powinny mu być obce obszerne wiadomości z geografji, terenoznawstwa, krajoznawstwa i przyrody,

nadto zaś wielce pożądane jest umuzykalnienie u nauczycieli, a dla nauczycielek jest dziś niemal nieodzowne.

Do tych wymagań dostosowują się poniekąd istniejące studja W. F., z trudem jednak i mozołem dociągają się dziś do poziomu nauczyciele starsi, a nawet ci, którzy ukończyli swe studja przed 10 i 6 laty. Tu tkwi przyczyna dużego pędu ludzi do wszelkich kursów i konferencyj, a przedewszystkiem do kursów wakacyjnych. Dowodem tego są liczne zgłoszenia, dochodzące często do 200 i wyżej, oraz chęć powtarzania kursów po 2 i 3 lata zrzędu, a to w celu doskonalenia się bardziej stopniowego w pewnych dziedzinach sportowych. Wszystko to jednak trochę zawodzi, korzyści są raczej dość powierzchowne, nie ma bowiem czasu na przemyślenie i utrwalenie materjału. Korzyści najistotniejsze z kursów wyrażają się przedewszystkiem w zapale, z jakim nauczycielka kurs opuszcza, a bywa tylko (i musi być zawsze) wynikiem wytwarzanej przez kierownictwo atmesfery dodatniej o charakterze jak najpogodniejszym, możliwie najweselszym tak, by nawet ciężka i męcząca praca nie wywoływała zniżki w energji i zapale. Tu wspomnieć też muszę, że w tych warunkach praca kierownictwa i instruktorów jest również ciężka i wyczerpująca fizycznie i nerwowo.

Z tak przedstawiającego się faktycznego stanu rzeczy wynika konieczność wprowadzenia pewnej reformy do organizacji kursów wakacyjnych celem uproszczenia ich i usprawnienia, oraz ustalenia wytycznych w sposobie dokształcania całych rzesz nauczycielskich.

Reformę kursów wyobrażam sobie w następujący sposób:

1. Przedewszystkiem należy dokształcać nauczycieli systematycznie w okręgach szkolnych przez cały rok szkolny. Formy tego dokształcania muszą być różne i zagadnienia najrozmaitsze. Przedewszystkiem dotyczyć powinny metodycznej i organizacyjnej strony pracy w szkole, tudzież zagadnień natury naukowej. Dwa pierwsze postulaty t. j. metodyka i organizacja pracy w szkole dadzą się realizować w całej rozciągłości tylko przy czynnym warsztacie szkolnym, zaznajamianie zaś z zagadnieniami naukowemi może się odbywać bądź przy pomocy odpowiednich sił specjalnych, o co łatwiej jest w ciągu roku szkolnego, bądź przy pomocy czynnych w tym okresie studjów W. F. i C. I. W. F., których pomoc dla dokształcania czynnych nauczycieli zupełnie nie została dotąd wykorzystana.

2. Przy organizowaniu kursów wakacyjnych należy dążyć do zmniejszenia ilości materjału rzeczowego w programach przez tworzenie kursów bardziej specjalnych, które zarysowują mi się jak następuje:

a) Niezmiernie ważnem zagadnieniem w ustroju szkoły jednolitej

jest dokładna znajomość programu na wszystkich poziomach i stopniach nauczania ćwiczeń cielesnych. Opracowane dotychczas programy posiadają ciągłość i są wzajemnie silnie powiązane. Nauczyciel, prowadzący ćwiczenia cielesne w szkole powszechnej, musi więc znać nietylko program, obowiązujący go, ale realizując go, powinien sobie zdawać sprawę z wymagań szkoły, do której dziecko ma nadal uczęszczać. To samo odnosi się do nauczyciela gimnazjalnego, który musi niejednokrotnie wyrównywać poziom wyćwiczenia w klasie pierwszej przedewszystkiem na podstawie znajomości programu szkoły powszechnej. Podobnie dotyczyć to będzie szkół zawodowych, których programy dostosowane będą do programów szkół, z których młodzież będzie przyjmowana. Ponadto często dziś zdarza się, że nauczyciel gimnazjalny musi prowadzić ćwiczenia cielesne w szkołach powszechnych, bądź dla uzupełnienia godzin swego etatu, bądź uczy też w szkołach powszechnych prywatnych. A bywa także odwrotnie — zwłaszcza na prowincji. Ten cel, t. zn. zapoznanie ogółu nauczycieli z programami wszelkich szkół, dałby się osiągnąć na specjalnych kursach informacyjnych, ograniczających się do 2 — 3 tygodni trwania, i oczywiście gromadziły nauczycieli różnych typów szkół. Do programu takiego kursu powinny wejść zagadnienia metodyczne ćwiczeń, objętych programami, oraz zwięźle lecz przejrzyście omówimy cały materjał ćwiczebny od lat 6 do 16. Dodatkowo, w miarę dysponowanego czasu, pożądane jest zawsze wprowadzenie pływania, o ile warunki miejscowe na to pozwolą. Te kursy powinny być organizowane kuratorjami i zatrudniać wyjwyżej 3 osoby instruktorskie. Ten typ kursów można uważać za przejściowy do czasu, gdy sprawę solidnego interpretowania programów podejmą studja W. F.

b) Drugim typem będą kursy, organizowane specjalnie dla pewnych działów sportowych, w których nauczycielstwo wykazuje duże braki. Tak więc, zależnie od warunków ,np. w ośrodkach wodnych powinny odbywać się kursy sportów wodnych: pływanie, żeglarstwo i wioślarstwo różnorodne, ale o nastawieniu raczej turystycznem. Te kursy mogą mieć jednocześnie charakter obozowy, a więc uwzględniać w swym propramie wycieczki i ćwiczenia polowe i zajęcia obozowe. Te zagadnienia wypełnią całkowicie roboczy dzień kursistki (ty) i pozwolą również na pewien odpoczynek po rocznej pracy, skoncentrowany zaś program przyczyni się do odniesienia w tej dziedzinie zdecydowanych korzyści. Czas trwania kursu — 3 tygodnie, liczba sił instruktorskich zależna od liczby uczestniczek (ków).

c) Inny rodzaj kursu powinien być poświęcony wogóle wszelkim

grom a więc i sportowym z całkowitą do nich zaprawą. Oprócz tego do programu wejść może lekkoatletyka wraz ze wskazówkami metodycznemi, oraz zaprawa do zdobycia, lub zdobycie P. O. S. Pływanie, o ile byłyby tylko warunki, dla celów przyjemnościowych i zdrowotnych. Na takim kursie, jako bardziej męczącym, należy przewidzieć maksymalnie 5 godzin fizycznej pracy dziennej. Czas trwania 3 tygodnie.

d) Ostatni typ to kursy poświęcone zagadnieniom gimnastyki metodycznej z tak opracowanym programem, by był czas nietylko na ćwiczenia osobiste i metodykę z systematyką, lecz również i na prowadzenie ćwiczeń przez uczestników (czki) kursu. Do tego typu kursów dołączyć należy dla pań — pląsy, tańce narodowe, gry drobne i zabawy, a w miarę możności łucznictwo i strzelanie, które na kursach męskich powinno być obowiązkowe z dodatkiem zaprawy do boksu lub szermierki. Sport wodny i wycieczki, jako czynnik orzeźwiający i zdrowotny. Taki kurs w dobie obecnej, kiedy gimnastyka żeńska wchodzi na zupełnie nowe tory, winien trwać dla nauczycielek 4 tygodnie, męski 3 tygodnie.

Na wszystkich kursach należy w rozkładzie planu pracy znaleźć czas na godziny dyskusyjne, zarówno na tematy, wypływające z toku pracy, jak również na tematy wychowawcze i te, które wysuną słuchacze (ki) kursu. Każdy program kursu powinien być ściśle określony i rozłożony doskonale w czasie, a także przewidywać wyniki, do których osiągnięcia należałoby konsekwentnie dążyć.

Trzy kursy ostatnie należy organizować oddzielnie dla pań i oddzielnie dla panów, ponieważ zarówno dziedzina sportowa, jak i gimnastyczna jest całkowicie dla obu płci różna. Natmiast kursy o charakterze specjalnym będą miały jednakową wartość dla nauczycieli i nauczycielek wszelkich typów szkół, pewne za śróżnice zawsze podkreślić można w czasie zajęć teoretycznych.

Przy tak pojętej organizacji kursów wydaje mi się możliwem, by kursy sportowe były nadal międzyokręgowe, kursy zaś pozostałe byłoby korzystniej organizować dla poszczególnych tylko okręgów. Ze względu na tak rozłożoną pracę dokształceniową duże znaczenie będzie miało kierowanie nauczycieli (lek) na te kursy, które uzupełnią ich najwybitniejsze braki. Organizacja taka wprowadzi również duże urozmaicenie do sposobu spędzania wakacyj letnich, dając możność kolejno zapoznawania się z materjałem ćwiczebnym.

Doniosłe znaczenie dla całokształtu dokształcania nauczycieli (lek) będzie miało wykorzystanie wakacyj zimowych na opanowanie sportów

zimowych zwłaszcza narciarstwa. Atoli program tych kursów powinien uwzględniać nietylko opanowanie techniki osobistej, lecz także systematykę ćwiczeń przygotowawczych w zastosowaniu do nauczania dziatwy i młodzieży. Ze względu na długie wieczory zimowe można na tych kursach wprowadzić pracę świetlicową. Te kursy mogą być koedukacyjne i również dla nauczycieli wszelkich typów szkół.

Chcąc dać obraz jak najszerzej pojętej organizacji dokształcania nauczycieli, nie mogę pominąć niezmiernie doniosłej sprawy, a mianowicie — dokształcania nauczycieli (lek) starszych wiekiem w celu utrzymania ich na pewnym poziomie. Szczególniej ważne jest to zagadnienie w odniesieniu do kobiet, które po latach 40 stają się właściwie mało zdolne do swej pracy zawodowej. Ten typ nauczycielki (la) najczęściej obdarzony już dużemi walorami wychowawczemi, dużem doświadczeniem, sumiennością w pracy i wielkiem przywiązaniem do szkoły, jest jednocześnie poniekąd upośledzony, bo nie może dorównać w sprawności fizycznej młodym kolegom i koleżankom. Te nauczycielki (le) na kursach, dotychczas praktykowanych, wytwarzają przedewszystkiem nierówny poziom, nie mogą podążyć w tempie programu, przeszkadzają innym, a same niewiele korzystają i są niejednokrotnie w nader przykrem z tego powodu położeniu. Często też usuwają się do roli hospitantek, a wtedy nie odnoszą już wcale korzyści. Ludzie ci jednak pracować muszą, obowiązkiem więc władz szkolnych jest dopomóc im i utrzymać ich na pewnym poziomie wiedzy i formy fizycznej, koniecznej do prowadzenia ćwiczeń cielesnych. Może to będzie za śmiała myśl, ale uważam, że potrzebny jest co pewien czas specjalny kurs dla starszej generacji wychowawców fizycznych. Kurs taki musiałby z konieczności objąć niemal wszystkie dziedziny programu ćwiczeń cielesnych, ale byłby przedewszystkiem kursem teoretycznym z uwzględnieniem specjalnie dobranych ćwiczeń osobistych i dużej liczby doskonałych pokazów, przeprowadzonych w różnych dziedzinach ćwiczeń przez zdolnego instruktora czy instruktorkę. Tym sposobem weteranki nasze i weterani otrzymaliby odpowiednią dla siebie strawę, odnosząc korzyści bez narażania swych sił i zdrowia, co już niejednokrotnie zdarzało się przy przerabianiu ćwiczeń mocno niedostosowanych do potrzeb organizmu ludzi starszych.

Organizacja, wyżej zaprojektowana, może dać bardzo duże rezultaty i podnieść w przeciągu kilku lat poziom wiadomości i techniki ogółu nauczycielstwa w państwie.

Przy organizowaniu kursów należy jeszcze na kilka spraw zwrócić uwagę, a więc: 1) termin rozpoczęcia nie powinien być za bliski końca roku

szkolnego, albowiem wtedy powoduje on spóźnianie się uczestniczek (ków), co szkodzi samym spóźnionym oraz tym, którzy już są w trakcie pracy. Do najwcześniejszego terminu zaliczam ostatnie dni czerwca lub 1 lipca. 2) Ze względu na konieczność stworzenia dogodnych warunków pracy liczba uczestniczek (ków) kursu nie powinna przekraczać 60 osób, na kursie zaś gimnastyki metodycznej nawet 50 osób. 3) Miejsce na kurs musi być dostosowane do zasadniczego tematu programu kursu (sale, boiska, warunki wodne, odpowiednie tereny wycieczkowe, warunki obozowe i t. p.). 4) Każdy kurs powinien posiadać własny sprzęt sportowy (przynajmniej rzeczy najważniejsze), lub powinien być organizowany w takim ośrodku, gdzie sprzęt ten jest w dobrym stanie i w dostatecznej ilości. Sprzęt winien być przed kursem sprawdzony. 5) Na każdym kursie powinna znajdować się bibljoteka, zaopatrzona w książki z dziedziny pedagogicznej i fachowej ze specjalnem uwzględnieniem zasadniczego tematu kursu. 6) Nad stanem zdrowia uczestniczek (ków) kursu czuwa lekarka względnie lekarz. 7) W miejscu kursów wychowania fizycznego nie powinny odbywać się równocześnie kursy innego rodzaju, jak to zdarzało się w latach ubiegłych.

W zakończeniu pragnę dodać, że na opracowanie niniejszego referatu wpłynęło wieloletnie spostrzeżenia i doświadczenia, zebrane na podstawie bezpośredniego kontraktu z żeńskiemi kursami wychowania fizycznego.

WIZ. H. OLSZEWSKA

JAK URZĄDZAĆ BOISKO PRZY SZKOLE

UWAGI OGÓLNE.

Jak dotychczas jest jeszcze w Polsce niewielu dobrych specjalistów od urządzania boisk i terenów sportowych, pozatem sprowadzenie takiego specjalisty jest częstokroć związane ze zbyt wielkiemi kosztami dla szkoły, dlatego też jest bardzo pożądane, aby nauczyciel posiadał na tyle teoretycznych wiadomości z tej dziedziny, żeby mógł samodzielnie urządzić przy szkole tereny sportowe ewentualnie pokierować odpowiednio pracami przy ich budowie. Celem niniejszego artykułu będzie właśnie danie ogólnych wskazówek o urządzaniu boisk na różnych terenach, w zależności od warunków i zasobów materjalnych szkoły.

Boisko powinno znajdować się w pobliżu szkoły w terenie suchym, zadrzewionym, jak najbardziej dostępnym dla świeżego powietrza i pro-

mieni słonecznych. Kształt boiska powinien być zbliżony do kwadratu, aby każdy metr terenu można było odpowiednio wykorzystać; a wielkość jego powinna być taka, aby przynajmniej 10 — 15 m^2 powierzchni przypadało podczas ćwiczeń na jednego ucznia. Dużą uwagę należy zwrócić na urządzenie nawierzchni. Powinna ona być w miarę twarda i w miarę elastyczna — przytem nie dawać kurzu, nie pękać podczas upałów, szybko przepuszczać wodę podczas deszczów oraz nie brudzić i zapewnić maximum bezpieczeństwa ćwiczącym.

Tym warunkom będzie odpowiadało boisko, pokryte krótko strzyżonym trawnikiem, następnie na drugim planie możemy umieścić boisko z nawierzchnią utworzoną z odpowiedniej mieszanki gliny, piasku i ziemi urodzajnej; natomiast zupełnie nie powinno się urządzać nawierzchni betonowej, asfaltowej, z miału żużlowego i gruboziarnistego żwiru. Nawierzchnie betonowe lub asfaltowe są zbyt twarde, nieelastyczne, przytem niebezpieczne dla ćwiczących — taksamo jak i z gruboziarnistego żwiru, zaś nawierzchnie z miału żużlowego są zbyt miękkie, dają dużo kurzu, brudzą ćwiczących i budynek szkolny.

Powierzchnia boiska musi być równa i posiadać pewien spadek w oznaczonym kierunku dla ścieku wody podczas deszczu. Spadek ten powinien być taki, aby był również odpowiedni dla urządzenia w zimie ślizgawki na boisku. Najlepszy będzie spadek 1 cm na 2 metry, wyjątkowo na terenach nieprzepuszczalnych (gliniastych) może wynosić 2 cm (3 metry) np. przy 30 m. szerokości boiska spadek 20 cm.

Na obwodzie boiska zasadza się drzewa szybko rosnące i dające dużo cienia (kasztany i lipy). Jeśli boisko znajduje się tuż przy szkole, wtedy na granicy od strony budynku sadzimy drzewa nie zasłaniające światła, najlepiej do tego celu nadają się topole włoskie. Pod drzewami ustawiamy parę ławek dla wypoczynku ćwiczących. Często dookoła boiska dla ozdoby daje się też pas trawnika szerokości 1 — 3 m., jeśli jednak boisko jest małe, nie jest to wskazane ze względów praktycznych, ponieważ trawnik hamuje swobodę ruchów młodzieży, pozatem łatwo bywa przez nią zdeptany w pogoni za piłką i t. p.

Boisko należy ogrodzić żywopłotem, siatką drucianą lub zwykłym parkanem z desek wysokości 1.50 — 2 m. Chcąc utrzymać boisko w dobrym stanie należy o nie ustawicznie dbać; przynajmniej co drugi dzień wałować, parę razy dziennie polewać wodą — w celu uniknięcia kurzu, a także dlatego, że wilgoć niezbędna jest dla utrzymania spoistości nawierzchni. Wałować należy ogrodowym wałem, a o ile takowego niema to betonową cembrowiną. Polewanie nie powinno się odbywać gwałtownie dużym strumieniem wody i pod silnem ciśnieniem, by nie

niszczyć nawierzchni, lecz przez rozpryskiwanie. Tam gdzie niema hydrantów, a nawierzchnia jest twarda, można polewać przy pomocy beczek na wózkach z przymocowanemi na dole rurami z wielu otworami, przez które woda wylatuje jak przez sito.

Po deszczach, zanim boisko trochę nie przeschnie, nie pozwalać na nie wchodzić, by nie niszczyć nawierzchni, pozatem na boisku powinno się ćwiczyć tylko w pantoflach gimnastycznych.

Do budowy nowych boisk i do poprawiania starych najlepiej nadaje się okres jesienny, podczas zimy bowiem nawierzchnia nabiera większej spoistości, a podkład pod wpływem mrozu staje się bardziej porowaty.

URZĄDZANIE BOISKA NA TERENIE PIASZCZYSTYM.

Teren piaszczysty jest bardzo łatwo przepuszczalny dla wody, szybko wysycha po deszczach, natomiast posiada tę wadę, że jest zbyt miękki, sypki i daje dużo kurzu; dlatego też boisko urządzane na takim terenie wymaga specjalnej nawierzchni. Na nawierzchnę należy wyszukać ziemię, która po zwałowaniu będzie dosyć twardą a przytem dobrze przepuszczalną. O ile mamy trudności z wynalezieniem odpowiedniej ziemi, wtedy przyrządzamy mieszankę z ziemi urodzajnej i mułku ziemnego (tłusta glina z dużą domieszką piasku). Ziemia urodzajna nada nawierzchni elastyczność i porowatość, mułek zaś spoistość. Mieszankę taką sporządzamy w stosunku 3 : 2. Możemy ją również w celu zmniejszenia kosztów zastąpić mieszaniną piasku i tłustej gliny w stosunku 4 : 3. Wadą takiej nawierzchni jest jednak zbyt mała sprężystość przy równoczesnej twardości. Ze względu na różnorodność gatunków ziemi, piasku i gliny, podane stosunki poszczególnych mieszanin należy brać tylko w przybliżeniu.

Sposób przyrządzania mieszanki jest następujący: przesypujemy przez rzeszoto (arfę) o wielkości oczek 0,5 — 1 cm poszczególne składniki mieszanki, uważając, aby się dokładnie zmieszały. Ponieważ mokra glina nie daje się przesiewać, dlatego należy brać suchą, albo uprzednio ją wysuszyć i rozbić bijakami.

Chcąc następnie sprawdzić dobroć mieszanki, bierzemy trochę wilgotnej mieszanki i ściskamy mocno w dłoni; o ile utworzona w ten sposób gruda wzięta w palce nie rozsypuje się zbyt łatwo wtedy mieszanka powinna być dobra, o ile zaś jest zanadto sypka — to znaczy, że posiada zaduży procent piasku; wreszcie, jeżeli gruda jest zanadto elastyczna i wcale się nie rozsypuje, to oznacza ,że zadużo użyto gliny. Przystępując do budowy boiska należy najpierw wyznaczyć jego gra-

nice, a następnie zniwelować cały teren. Podczas niwelacji obniżamy jednocześnie poziom placu o 10 cm., tworząc w ten sposób podłoże dla nawierzchni. Podłoże trzeba przedewszystkiem dobrze zwałować, dopiero potem nakładać nawierzchnię pasami szerokości 3 — 5 m. Poszczególne pasy tworzymy w ten sposób, że pomiędzy listwy ułożone na odpowiedniej wysokości na kółkach niwelacyjnych, sypiemy mieszankę, następnie ubijamy ją by utworzyła jednolitą masę, a gdy wysokość pasa zrówna się z listwami, wtedy przeciągamy listwę wzdłuż ułożonych już listew i równamy w ten sposób powierzchnię nawierzchni (patrz „Wych. Fizyczne w Szkole" Nr. 3 1934 r. str. 88 „Ślizgawka na boisku)". Po zrobieniu jednego pasa układamy w ten sam sposób następne. Ukończoną całkowicie nawierzchnię, której grubość powinna wynosić około 10 cm., polewamy wodą i wałujemy aż do zupełnego wyrównania powierzchni. Tam, gdzie w pobliżu są cegielnie i łatwo jest o miał, dobrze jest nasypać na nawierzchnię warstwę tego miału grubości 1 cm. i dobrze ją zwałować, aż się wymiesza z poprzednią mieszanką. Gdy po ukończeniu boiska okazało się, że nawierzchnia jest zbyt twarda, należy ją wtedy dobrze zruszyć grabiami i posypać warstwą piasku grubości około 0,5 cm. Następnie zwałować, aby piasek zmieszał się ze starą nawierzchnią. Gdyby okazało się, że nawierzchnia jest zbyt sypką, wtedy postępujemy w ten sam sposób, zastępując tylko piasek sproszkowaną gliną.

Ukończone boisko powinno posiadać poziom wyższy od otaczającego je terenu, aby woda szybciej z niego ściekała i nie zalewała go z zewnątrz, pozatem pożądane jest ogrodzić boisko żywopłotem w celu ochrony od zasypywania piaskiem.

BOISKO NA TERENIE GLINIASTYM.

Teren gliniasty najmniej się nadaje do urządzania boisk, nieprzepuszczając bowiem wody po deszczach, rozmięka, staje się lepki, śliski i nie nadaje się do prowadzenia ćwiczeń; latem znów pod wpływem upałów zbytnio wysycha, pęka, staje się twardy i mało elastyczny. Chcąc zatem urządzić boisko na terenie gliniastym musimy przedewszykiem zwiększyć jego przepuszczalność, co osiągamy przez danie podkładu z gruzu. Przed nałożeniem podkładu musimy najpierw przygotować podłoże. W tym celu zbieramy warstwę gliny grubości 20 — 30 cm. podłoże niwelujemy, nadajemy określony spadek w pewnym kierunku i wałujemy. Na przygotowane w ten sposób podłoże sypiemy warstwę grubości 15 — 20 cm. gruzu, tłucznia lub drobnego kamienia pol-

nego. (Należy uważać tylko, by gruz nie był pomieszany z wapnem, które pod wpływem wody lasuje się i zasklepiając pory, uczyni warstwę gruzu nieprzepuszczalną dla wody). Po wysypaniu gruzu wałujemy go, by uzyskać możliwie równą powierzchnę i uniknąć zapadania się nawierzchni. Następnie sypiemy na to warstwę 3 — 5 cm drobno tłuczonego gruzu, żużli lub gruboziarnistego żwiru, dobrze ją wałujemy i przykrywamy nową warstwą grubości 2 — 3 cm. gruboziarnistego piasku lub miału żużlowego. Po polaniu wodą warstwę tę wałujemy tak długo, aż utworzy się zbita, równa powierzchnia. Dopiero na tak przygotowany podkład kładziemy nawierzchnię grubości 5 cm. a robimy ją w ten sposób jak nawierzchnię na terenie piaszczystym. (Rys. 1). Urządzanie boiska z podkładem pociąga jednak za sobą większe koszta i nie każda szkoła może sobie na nie pozwolić. W podobnym wypadku poprzestajemy tylko na odpowiedniem przygotowaniu nawierzchni. Teren niwelujemy, nadajemy mu większy spadek dla szybszego ścieku wody, przynajmniej 1 cm. na 1 metr, następnie jeśli glina jest tłusta zruszamy całą powierzchnię łopatami i zasypujemy warstwą piasku 2 — 3 cm. grubości (przy glinie chudej dodawanie piasku jest zbyteczne, ponieważ ilość jego zawarta w glinie jest wystarczająca). Piasek polewamy wodą i wałujemy tak długo, aż się dokładnie pomiesza z gliną i utworzy równą i dobrą nawierzchnię. Jeżeli rozporządzamy bardzo dużym obszarem, że możemy pozwolić sobie na urządzenie boiska podwójnego, wtedy na terenie gliniastym urządzamy boisko-trawnik.
W tym celu cały teren się niweluje, gnoi i zasiewa trawą, zmieszaną z białą koniczyną, następnie dokładnie się wałuje, aby utworzyła się równa powierzchnia. Na trawę powinno się użyć 50% tymoteusza, 30% białej koniczyny i 20% poa pratenia. Boisko trawnik można oddać do użytku ćwiczących dopiero po roku, kiedy trawa dobrze się wzmocni (zakorzeni) i zarośnie na całem boisku. Trawę należy często polewać i co pewien czas krótko strzyc. Ponieważ trawa na boisku szybko się wydeptuje, dlatego od czasu do czasu zmieniamy używalność boisk; przestajemy ćwiczyć na jednych, a przenosimy się na drugie.

BOISKA NA CZARNOZIOMIE.

Jeżeli rozporządzamy dostatecznie obszernym terenem wtedy najlepiej jest urządzić boisko-trawnik, jeżeli zaś teren przeznaczony na urządzenie boiska jest mały, ograniczamy się tylko do odpowiedniego przygotowania nawierzchni. W tym celu należy przedewszystkiem dobrze zbadać glebę i podglebie. O ile teren jest przepuszczalny wystarczy go tylko zniwelować i dobrze zwałować, aby powierzchnia stała się równa

i już będzie się nadawał do użytku. Gdyby się jednak okazało, że nawierzchnia jest sypka, wtedy grabiami zruszamy ją i sypiemy cienką warstwę gliny, następnie wałujemy, aż glina połączy się z czarnoziemem. W terenie, gdzie czarnoziem stanowi cienką warstwę, pod którą znajduje się nieprzepuszczalna warstwa gliny, musimy zebrać czarnoziem do głębokości 20 cm i przygotować podłoże do zagruzowania. Po zagruzowaniu robimy nawierzchnię z zebranego uprzednio czarnoziemu z domieszką mułku ziemnego.

BOISKA NA ŁĄKACH.

Ponieważ łąki bywają zazwyczaj wilgotne dlatego też należy przed przystąpieniem do urządzania na nich boiska, dokładnie je najpierw osuszyć. Drenowanie powinien przeprowadzić specjalista, jeśli jest to jednak dla szkoły zbyt kosztowne, wtedy można je uskutecznić najprostszym sposobem we własnym zakresie. W tym celu na obwodzie boiska i po jego przekątnych kopie się rowy szerokości 0,50 m. głębokości 1 m. ze spadkiem skierowanym w stronę studzienek, które kopie się pośrodku i po rogach boiska. Głębokość ich powinna wynosić 1,50 m., a średnica 1 m. Następnie rowy i studzienki zasypujemy do głębokości $^3/_5$ grubym gruzem lub kamieniem polnym. Na to sypiemy warstwę 15 — 20 cm. grubego żużlu lub gruboziarnistego żwiru, wreszcie dajemy 10 cm. ziemi urodzajnej i na wierzch kładziemy darninę aż do wyrównania z poziomem boiska. O ile łąka jest bardzo podmokła, wtedy oprócz wyżej wymienionych rowków drenażowych, kopiemy jeszcze w pewnem niewielkiem oddaleniu od boiska, dokoła niego rowy szerokości 1 — 1,50 m. głębokości 0,5 — 1 m. Wzdłuż rowów dobrze jest zasadzić wierzby lub olszyny.

(d. n.) A. KALINOWSKI

MARTWE PRZEPISY GRY W PIŁKĘ KOSZYKOWĄ

Ludzie, interesujący się sportem, niechybnie obserwują w nim postęp i to bardzo szybki. Częściej widzą go ze strony rekordów, rzadziej ze strony organizacyjnej, szczególnie nieciekawej dla ogółu. Czy sport rozwija się szerzej, czy przenika wszystkie warstwy społeczeństwa, czy rozwija się na zdrowych podstawach, takiemi zagadnieniami w pierwszym szeregu musimy się zająć my — wychowawcy fizyczni.

Dziedzina sportu, która pozostanie nieruszona ze strony technicznej

i organizacyjnej od paru lat, nie rozwija się. Mam na myśli szkolne przepisy gry w piłkę koszykową, które szczególnie wobec ostatnich zmian w przepisach Polskiego Związku Gier Sportowych są mocno skostniałe, każą one uprawiać młodzieży tę grę w sposób brutalny, technicznie niski. „Prawidła Gry" w piłkę koszykową podają wymiary boiska dla chłopców 45 × 23 mtr., wymiary te są zaduże, nie mamy bowiem placów na tak wielkie boiska. Chcąc zainstalować plac do piłki koszykowej przy szkole, należałoby zbudować jedno boisko dla chłopców 45×23, dla młodzieży starszej 27×15 mtr. W sumie na samą tylko piłkę koszykową szkoła musiałaby posiadać teren o wymiarach 1.440 mtr^2. Gdzie się ma mieścić w takim razie boisko do siatkówki, skocznia i t. p. Weźmy parę fragmentów z prawideł; str. 13: „Wrzuca się piłkę z poza granicy oburącz z nad głowy". Po co? Czy nie lepiej jest rzucać ręką dowolną w sposób naturalny, rzuty oburącz można dawać jako ćwiczenie, lub zaprawę do gry w koszykówkę, lecz — w jakim celu hamować piękno gry, polegające na swobodzie i miękkości ruchów. Wreszcie piłkę się rzuca a nie „wrzuca" na boisko. Str. 12: „Kosz zostaje zdobyty, jeżeli napad wrzuci piłkę do kosza i to z pola koszykowego, stojąc w niem obunóż" — to jest już paraliżowanie gry. Gracz w biegu podczas akcji musi zatrzymać się, chwycić równowagę i stojąc obu nogami, dopiero rzucić piłkę. Całe piękno dobrej gry polega przedewszystkiem na szybkich podaniach w biegu i celnych rzutach z pełnego rozbiegu, w podskoku, w skoku „z powietrza", klasyczny zaś rzut z rozbiegu używany przez graczy w stosunku 80 na 100, jest to rzut z rozbiegu z ugięciem kolan i oderwaniem nogi w czasie rzutu. Szkolne prawidła przewidują 3 kroki z piłką, nowe przepisy tylko 1 krok — zbytecznem jest dowodzić, że przy 1-ym kroku z piłką zostaje zmniejszone i ukrócone do minimum szarpanie się, rozbijanie w biegu, oraz przepychanie siłą pośród graczy.

Nasuwa się pytanie: dlaczego przystosowując grę dla chłopców przez powiększenie boiska i zmianę przepisów tej gry, nie uwzględniono wymiarów tablic np. wysokości obręczy od ziemi, wagi i objętości piłki i t. d.

Muszę podkreślić, że nie rozpatrywałem drobiazgowo niedomagań I-ej części przepisów, ponieważ przekroczyłbym mocno ramy niniejszego artykułu, lecz nie wątpię, że spostrzeżenia te zwrócą uwagę kolegów nauczycieli W. F., czego konsekwencją będzie utorowana nowa droga dla właściwego i masowego uprawiania piłki koszykowej w szkołach według nowych przepisów.

L. CHEŁMIŃSKI

OPOWIADANO MI...

21. Podobno wielu z pośród wychowawców fizycznych uważa wszelkiego rodzaju sporty za rekordomanję, której należy unikać, bo to może przynieść szkodę dla organizmu młodzieńczego. Takie ustosunkowanie się do sportu ma być dobrze widziane przez nauczycieli innych przedmiotów. Ale stosunek taki zmienia się, bo przecież coraz więcej mamy filologów ,matematyków i przyrodników — zapalonych sportowców, a ci inaczej patrzą na sporty wśród młodzieży. Uważajmy zatem, abyśmy nie zostali zdystansowani przez naszych kolegów, uczących innych przedmiotów, w wyścigu do powszechności sportu. Raz nawet, o zgrozo, słyszałem, że instruowanie narciarstwa przynosi ujmę szanującemu się wychowawcy fizycznemu. Rzecz niepodobna do wiary; powtarzam ją jednak, bo „powiadano mi..."

22. Koedukacyjne gimnazjum w Krośnie zaopatrzyło całą młodzież w kompletny sprzęt narciarski. Cyfra imponująca—około 450 osób! Wielkie to przedsiębiorstwo zostało przeprowadzone w sposób następujący: zawarto umowę z jedną z miejscowych firm, na mocy której każdy uczeń, zamawiający kompletny sprzęt narciarski za sumę zł. 16, na trzy raty miesięczne, otrzymuje jednocześnie roczną gwarancję na wszelkie naprawy. Tranzakcja ta tak zachęciła młodzież, że w pierwszym roku w sprzęt zaopatrzyło się 40% młodzieży, a pozostałe 60% nabyło sprzęt w drugim roku i dzisiaj cała szkoła może równocześnie nartować się dowoli. Pomysł godny uwagi.

23. Podobno w wojsku mówi się, ten dobrze rzuca granatem, kto długo pasał krowy. Widocznie pasanie krów i czas spędzany na dowolnych zabawach i częstem rzucaniu kamieniami sprzyja rozwinięciu się sprawności w rzutach. Aby to usprawiedliwić opowiedziano mi przebieg lekcji w Wilejce, gdzie ważnym elementem jest rzut kamieniem. Z boiska szkolnego klasa wyrusza ze śpiewem do pobliskiego lasku ,gdzie kopie się żwir. Nazbierawszy tam kamieni, ustawiają się szeregiem i rzucają kamykami z miejsca ręką prawą i lewą, dbając o prawidłową postawę nóg oraz o racjonalną pracę ręki i tułowia. Ponownie wszyscy zbierają kamienie i rzucają z niewielkiego rozbiegu prawą i lewą ręką. Następnie stają w zagłębieniach po żwirze trójkami i rzucają do celu prawą i lewą ręką. Jako cel służy pień drzewa lub większy kamień, albo zagłębienie terenowe. Marsz ze śpiewem na boisko kończy lekcję.

M. KRAWCZYK

UWAGI O NAUCZANIU GIER SPORTOWYCH.

Najpopularniejszą grupą gier ruchowych są gry sportowe, które w swej konstrukcji posiadają już większy stopień trudności, są bardziej skomplikowane od pozostałych gier ruchowych, wymagają od uczestników większego i solidarnego wysiłku tak fizycznego jak i psychicznego, a przedewszystkiem zmuszają walczące zespoły do gry kombinacyjnej i w szczegółach dokładnie przemyślanej. Rycerska i lojalna walka dwóch drużyn, nacechowana zrozumieniem celu i odbywająca się w obecności sędziego, a niekiedy i widzów, w ramach ściśle sprecyzowanych i obowiązujących przepisów, bardzo pociąga młodzież, która uprawia gry sportowe ze szczególnym zapałem i zamiłowaniem, porzucając poprzed-

nio uprawiane i prostsze zabawy i gry ruchowe. Gry sportowe dla młodzieży najdostępniejsze i najchętniej przez nią uprawiane to: 1) piłka siatkówka, 2) piłka koszykówka, 3) hazena (jordanka) oraz 4) szczypiorniak. Ze względu na intensywność każdej z tych gier ,a także ze względu na charakter i wpływ każdej z nich na ogólne wychowanie młodzieży, należy stwierdzić, że:

1) Piłka siatkówka, w swym przebiegu w zależności od usprawnienia zespołu może być grą mniej lub więcej męczącą, i dlatego nadaje się zarówno dla młodzieży żeńskiej jak i męskiej już od 12 — 13 roku życia, a także dla osób dorosłych, starszych i mało sprawnych.

2) Piłka koszykówka, jest grą bardzo intensywną, wysilającą, wymagającą od uczestników dużej sprawności i wytrzymałości fizycznej i nadaje się raczej dla młodzieży męskiej od 15 roku życia i dla mężczyzn w sile wieku. Młodzież żeńska może także tę grę uprawiać, lecz dopiero po okresie przejściowym, i to pod dobrem kierownictwem, gdyż łatwo jest przemęczyć uprawające tę grę dziewczęta.

3) Hazena (jordanka) jest grą młodzieży żeńskiej, chociaż i dla chłopców w wieku 13 — 16 lat doskonale się nadaje. Młodzież żeńska może ją uprawiać po 16-tym roku życia.

4) Szczypiorniak, nadaje się wyłącznie dla młodzieży męskiej po 16-tym roku życia i dla mężczyzn w sile wieku. Gra ta odbywa się na rozległem boisku, i wymaga od grających znacznej siły oraz dużej wytrzymałości fizycznej.

Gry sportowe jako czynnik wychowawczy w ogólnem usprawnieniu i wyrobieniu społecznem młodzieży odgrywają ważną rolę, to też stała kontrola i racjonalne dozowanie gier, w zależności od wieku i usprawnienia ćwiczących, przyczynią się wybitnie do osiągnięcia jaknajwiększych korzyści, bowiem stworzają one doskonałą podstawę do kształtowania charakterów. Przez swą wszechstronność gry sportowe stwarzają także dla ćwiczących doskonałe warunki harmonijnego rozwoju zarówno aparatu ruchowego i nerwowego, jak również serca i płuc. Gdy się doda, że gry sportowe odbywają się na wolnem powietrzu, w wygodnych i higjenicznych strojach, ułatwiających grającym obszerny ruch, to, reasumując wszystkie zalety gier sportowych, stwierdzić należy, że przedstawiają one dla wychowawcy cel godny starań i zachodu. Jednakże brak należytego przygotowania technicznego w obchodzeniu się z piłką, oraz umiejętności taktycznych, polegających na celowem przeprowadzaniu akcyj w grze, powoduje, że każda gra staje się nudną, brutalną, rwie się i mało daje zadowolenia grającym, a nadewszystko przestaje być wychowawczą.

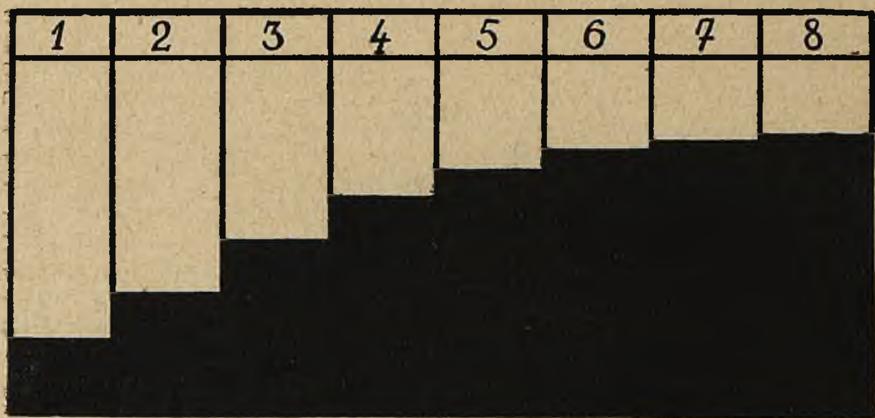
Aby zatem gry sportowe miały wartość wychowawczą i były interesujące dla graczy, muszą oni przedewszystkiem umieć obchodzić się z piłką, poznać charakter danej gry, nauczyć się działania zespołowego i doprowadzić te umiejętności do perfekcji. Każdy ruch, który może mieć zastosowanie w grze, musi być graczom tak wpojony, by był przez nich niemal automatycznie wykonywany w odpowiednim momencie. Taką sprawność grających można osiągnąć jedynie przez stopniowe i staranne przerabianie ćwiczeń przygotowawczych oraz zabaw i gier pomocniczych.

Zaprawa powinna być zawsze dla ćwiczących przyjemnością i zabawą, a nie ciężką i nużącą pracą.

Krzywa natężenia lekcji gier sportowych powinna w ogólnych zarysach być podobną do krzywej natężenia lekcji gimnastyki i składać się:

1) z ćwiczeń wstępnych, 2) z ćwiczeń głównych, 3) z ćwiczeń uspakajających. Ćwiczenia wstępne mają na celu ożywić ćwiczących, wytworzyć wśród nich dobry nastrój, a jednocześnie rozruszać ich stawy, mięśnie, oraz przygotować do intensywnej pracy serce, płuca i uregulować wzmożoną przemianę materji. Ćwiczenia wstępne powinny trwać 5 — 7 minut i zawierać łatwe ćwiczenia z nauki techniki, przeprowadzane w miejscu, lub z zabaw i gier ruchowych o charakterze żywym, lecz nie męczącym.
Ćwiczenia główne stanowią istotną treść lekcji i składają się z ćwiczeń techniki, przeprowadzonych przeważnie w ruchu, następnie z zabaw i gier ruchowych o większem natężeniu i z gry właściwej. Długość gry właściwej i jej forma zależy od stopnia wyszkolenia ćwiczących; im lepiej grają, tem mniej zaprawy należy stosować na początku lekcji i tem więcej czasu poświęcać na grę właściwą. Współzależność czasu trwania zaprawy i gry właściwej na każdej lekcji przedstawia wykres.

OSNOWY LEKCYJNE.



Pola białe przedstawiają wymiar zaprawy, czarne — gry właściwej.

Czas ćwiczeń głównych wahać się może w granicach od 20 minut do 1,5 godziny, zależnie od czasu, przeznaczonego na daną lekcję. Ćwiczenia uspakajające są łagodnem przejściem pomiędzy szczytowem natężeniem lekcji i jej zakończeniem; uspakajają pracę serca, oddech i wpływają dodatnio na wypoczynek ćwiczących jeszcze przed zakończeniem lekcji. Na ćwiczenia uspakajające złożyć się mogą łatwe i nie wysilające ćwiczenia z techniki, przeprowadzane w miejscu czy też w marszu, niezbyt intensywne fragmenty gry, lub poprostu marsz. Ćwiczenia uspakajające powinny trwać 3 — 5 minut.
Lekcje gier sportowych należy prowadzić żywo, bez martwych punktów, przy stałem zainteresowaniu ćwiczących. W prowadzeniu ćwiczeń należy dążyć do takiego tempa, jakiem się odznacza dana gra sportowa. Zgodnie z higjeną pracy mięśniowej, po bardziej natężającem ćwiczeniu powinno następować lżejsze. Jeżeli wychowawca, w zależności od czasu i warunków, potrafi rozłożyć całą zaprawę w ten sposób, że od najłatwiejszych jej elementów przejdzie do coraz trudniejszych, a następnie do właściwej gry, to nauczanie gier przeprowadzone

będzie szybko, sprawnie, niemal niepostrzeżenie dla uczniów, przy stałem ich zainteresowaniu. Ważnym warunkiem w przeprowadzaniu zaprawy do gier, szczególniej przy nauce techniki, jest zaopatrzenie ćwiczących w dostateczną ilość piłek. W przeciwnym razie ćwiczący, rzadko mając piłkę w rękach, niewiele się nauczy, szybko się zniechęci i będzie unikał zaprawy.

W ćwiczeniach zaprawy rozróżnić należy technikę wykonania, pojętą ściśle mechanicznie i taktykę, czyli zrozumienie przez uczniów przeznaczenia przerabianych ćwiczeń i umiejętność zastosowana ich celowo i z korzyścią dla wyniku w grze. Technika ćwiczeń jest podstawą taktyki i jest z nią nierozerwalnie złączona od samego początku nauczania. Zgodnie z tem, przy nauce rzutów, chwytów czy odbić piłki, wykonywanych mechanicznie, należy uczniom wyjaśnić, jakie jest przeznaczenie danego ćwiczenia w grze. Korzystnem jest przeprowadzenie przez nauczyciela, lub wyszkolonego pomocnika, pokazu zastosowania danego ćwiczenia w grze. Przykład taki będzie bardziej przekonywujący od wyjaśnień ustnych, często niejasnych i nużących.

O ile na początku nauczania najtrudniejszą dla ćwiczących jest strona techniczna ćwiczeń, podczas gdy strona taktyczna — zastosowanie — jest prosta i nieskomplikowana, to w miarę wyszkolenia stosunek staje się odwrotny: technika wykonania przedstawia dla ćwiczących coraz mniej trudności, a zato rozwijają się możliwości taktyczne. Cała dalsza część wyszkolenia uczniów ma na celu głównie już udoskolenie taktyki. Doskonalenie taktyki w świetle nowoczesnej pedagogiki, przedstawia się dla nauczyciela jako kierowanie samodzielną, w znacznej mierze, pracą uczniów. Wychowawca przez metodyczne nauczanie powinien pobudzić uczniów do samodzielnego wyrobienia sądu o grze, wytycznych obrony i ataku, oraz sposobu postępowania i zachowania się podczas gry. Pewne gotowe kombinacje taktyczne (fragmenty gry), w których szkoli się ćwiczących, mogą być stosowane tylko, o ile są typowe dla danej gry lub dla danej sytuacji i mogą stanowić dla ćwiczących podstawę do realizowania własnych pomysłów podczas gry. Kwestja taktyki nie zostanie nigdy wyczerpana, bowiem w grach nasuwa się możliwość niezliczonych rozwiązań w niezliczonych sytuacjach, zupełnie od siebie różnych. Zadaniem nauczyciela jest, aby uczniowie umieli samodzielnie wybierać sposoby najlepsze, bezpośrednio prowadzące do celu w każdej sytuacji.

Po opanowaniu przez uczniów podstawowych elementów zaprawy którejkolwiek z gier, należy możliwie najprędzej zastosować grę właściwą w formie uproszczonej w celu wzmożenia zainteresowania ćwiczących, a także w celu zaznajomienia ich z charakterem danej gry. Należy uważać jednak, aby uczniowie nie za wcześnie zaczynali grę właściwą dwóch drużyn w formie zawodów, gdyż to w następstwie spowodować może zlekceważenie przez grających zaprawy technicznej, a także może być powodem zbytniej ufności we własne siły i umiejętności wówczas, gdy stoją one jeszcze za zbyt niskim poziomie.

Gdy wychowawca zastosowuje już grę właściwą i stwierdzi, że uczniowie wykazują postępy, wówczas stopniowo na lekcjach będzie zmniejszać czas przeznaczony na zaprawę, a zwiększać czas gry właściwej. W dalszem doskonaleniu uczniów w grze, ćwiczeniom zaprawy, oraz elementom słabiej opanowanym przez grających, wystarczy poświęcić już tylko pierwsze 10 — 15 minut na każdej lekcji, natomiast resztę czasu należy przeznaczyć na grę właściwą, połączoną z nauką taktyki gry. Praktycznie naukę taktyki w grze przeprowadza się w na-

stępujący sposób: w momencie, gdy prowadzący lekcję obserwuje grę, zauważy możliwość korzystnej kombinacji, przerywa grę i wyjaśniając sytuację, wskazuje uczniom, jak w danym przypadku najlepiej należałoby zagrać. Często uczniowie o własnych siłach trafnie rozwiążą takie zadanie taktyczne; będzie to bardzo pożądane, bo nauczy młodzież myśleć w grze i stosować taktykę, która najskuteczniej prowadzi do pokonania przeciwnika. Po omówieniu akcji, należy przeprowadzić ją praktycznie, poczem gra toczy się dalej. Grę z nauką taktyki należy prowadzić żywo, przy całkowitem zachowaniu charakteru gry ze współzawodnictwem. Dopiero po takiem przygotowaniu, drużyny mogą brać udział w zawodach.

Grę właściwą należy przeprowadzać w zespołach, przewidzianych przepisami odnośnych gier. Często osobisty udział prowadzącego w grze treningowej ułatwia grającym szybkie jej zrozumienie. Trzeba jednak uważać, aby nie ucierpiała na tem powaga wychowawcy w oczach wychowanków. Liczne zespoły w ćwiczeniach zaprawy do gier należy dzielić na grupy, liczące najwyżej 10 — 15 ćwiczących. W grupach tych używać można do pomocy w prowadzeniu ćwiczeń graczy bardziej energicznych i zaawansowanych w grze, którzy następnie łatwo wyszkolą się na pomocników prowadzącego i sędziów. Sposób ten jest wygodny, ułatwia prowadzącemu nauczanie, a równocześnie w dużym stopniu rozwija u pomocników samodzielność i inicjatywę. Każde nowe ćwiczenie zaprawy okazuje i objaśnia prowadzący. W miarę szkolenia, gdy rozpoczną się już gry właściwe, z pośród pomocników prowadzący wyznacza sędziów dla każdych dwóch grających ze sobą drużyn; sam zaś, nie będąc zajęty przy jednej grupie, może kontrolować wszystkie, ich postępy i sprawność.

Czynione obserwacje umożliwią prowadzącemu zestawienie drużyn z graczy o możliwie jednakowym pozomie wyszkolenia technicznego i taktycznego. W celu podniesienia i wyrównania poziomu wyszkolenia w całym zespole, należy stosować rozgrywki między poszczególnemi drużynami.

Uczniowie najczęściej doskonale się orjentują, kto z pośród nich w zespole dobrze gra, i wskazanem jest, aby prowadzący każdorazowo przed zawodami zestawienie drużyny reprezentacyjnej powierzał uczniom. Wybranych do zawodów należy poddać badaniom lekarskim i wyeliminować z drużyny tych graczy, którzy ze względu na stan zdrowia nie mogą wziąć udziału w zawodach. Wskazanem jest, aby wychowawca w kwestjach, związanych z rozgrywkami w grach sportowych, pozostawiał młodzieży wiele swobody, zależnie od ich zdolności organizacyjnych, rezerwując raczej sobie stanowisko obserwatora i doradcy. Wychowawca powinien umożliwić wszystkim uczniom branie udziału w rozgrywkach, to też obok zawodów drużyn najlepszych, należy przeprowadzać rozgrywki drużyn średnich, a także słabszych. Należy opracować plan rozgrywek w grach sportowych na cały rok, przyczem uwzględnione być muszą rozgrywki klasowe, międzyklasowe, międzyszkolne i t. p. Drużyny, które mają wziąć udział w zawodach, powinien wychowawca zaprawić dodatkowo pod względem wytrzymałości, zwiększając tempo zaprawy oraz ilość treningów tak, aby gracze mogli odbyć w krótkim czasie szereg rozgrywek bez szkody dla zdrowia. Unikać wykorzystywania wybitnie pod względem fizycznym uzdolnionych graczy, przez wyznaczanie ich podczas zawodów do kilku gier sportowych jednocześnie, ponieważ zagraża to przemęczeniem. Ze względów wychowawczych, udział uczniów w zespołach reprezentacyjnych należy traktować jako nagrodę i za-

szczyt, a nie jako konieczność. Nie hodować asów niezastąpionych, o wybujałej ambicji, dążyć natomiast do wyszkolenia zespołów, składających się z graczy równorzędnych, odznaczających się wysoką klasą gry.

M. SKIERCZYŃSKI i A. MAZURKOWA

LEKCJA BOISKOWA.

Z nadejściem sezonu wiosennego oraz przez cały następny okres ciepła i pogody, który w klimacie naszym trwa przeważnie do października, nauczyciel ćwiczeń cielesnych winien zmienić charakter swej pracy w szkole. Zmiana będzie polegać na zaprzestaniu systematycznych lekcyj w salach gimnastycznych celem wyprowadzenia młodzieży na boiska. Z tego wyniknąć musi, rzecz prosta, innego rodzaju dobór ćwiczeń i ich układ w godzinie lekcyjnej. Często również i tempo ćwiczeń boiskowych odmienniejsze będzie, niż to bywa zwykle w salach, gdzie ćwiczenia innym mają służyć celom i nnego wymagają nastawienia.

Zanim przejdę do omówienia lekcji boiskowej, chcę zwrócić uwagę na całkiem zasadnicze rozgraniczenie, jakie zachodzi i winno zachodzić w charakterze pracy na zajęciach popołudniowych z młodzieżą, a godzin szkolnych, t. j. lekcyj w planie normalnego dnia szkolnego. O ile pierwsze, a więc popołudniowe zajęcia poświęca się całkowicie na gry, sporty lub krótkie wycieczki, o tyle lekcje boiskowe, jako wchodzące w plan zwykłego dnia szkolnego, muszą stanowić dalszy ciąg systematycznej pracy nauczyciela, posiadać charakter celowy, konkretny, a zatem ściślejszy niż zajęcia swobodne (popołudniowe). Nie należy przez to rozumieć ograniczenia swobody młodzieży, ani przeprowadzania lekcyj normalnej gimnastyki na boisku, a jedynie taką konstrukcję lekcji, aby znajdowały się w niej pewne ściśle dobrane, a charakterystyczne typy ćwiczeń wzajemnie się uzupełniających, które układem swym i rodzajem stworzyłyby odpowiedni materjał do pracy młodzieży w warunkach innych niż te, jakie dać może sala ćwiczebna. Nie wolno przytem zapomnieć, że młodzież wychodzi na boisko bezpośrednio po lekcji przedmiotów teoretycznych i wraca po ćwiczeniach do dalszej pracy umysłowej.

Dobrze rozplanowana szkolna lekcja boiskowa winna oprzeć się na pięciu podstawowych momentach: 1) ćwiczeniach korektywnych, które będą zmierzały do poprawienia postawy, a więc ćwiczeniach stawów ramieniowych, oraz ćwiczeniach tułowia w płaszczyźnie strzałkowej, odprostowujących kręgosłup w części piersiowej w kierunku wtył (praca mięśni wyprostnych grzbietu), 2) biegu, 3) skoku, 4) rzucie, 5) ćwiczeniach łagodzących, które dają odpoczynek przez ruch łagodny, ale nie bezruch.

Ćwiczenia środkowe t. j. bieg, skok i rzut mogą być rozplanowane w dowolnej kolejności, ale zawsze ze zwróceniem uwagi na ich intensywność. W zależności od tego należy je przeplatać, osłabiać lub wzmacniać. Charakter tych ćwiczeń, a właściwie ich forma będzie zależna od wieku młodzieży. Zatem dziatwa i młodzież klas niższych otrzyma te elementy w formie zabaw bieżnych i rzutnych, skoki również można przeprowadzać w formie zabaw, ale i najmłodszym już należy dawać łatwą zaprawą boiskową do skoku wzwyż i wdal, stosując łatwe, naturalne przeszkody. Jeśli tu i ówdzie nie udało się w salach ćwiczebnych przeprowadzić nauki rzutów do celu, należy oprócz różnych zabaw rzutnych wyzyskać czas na naukę celnego rzucania małemi i dużemi piłkami, lub innemi

przyborami, jak klocki drewniane (forteca), kule drewniane (kręgielki) i t. p. Z młodzieżą starszą powinno się tu przećwiczać systematyczną zaprawę lekkoatletyczną, a więc bieg w kolejnych swych etapach przygotowawczych i naukę startu. Podczas lekcyj boiskowych winno się unikać intensywniejszych biegów, które ze względu na wielogodzinną pracę umysłową szkolną mogą źle oddziaływać na ustrój ćwiczących. Rzutom i skokom trzeba nadać charakter zaprawy sportowej, używanej z umiarem.

Prócz zaprawy lekkoatletycznej trzeba jeszcze wprowadzać na lekcjach boiskowych zaprawę do gier sportowych, jak np. siatkówka, koszykówka, jordanka i t. p., byłoby atoli zasadniczym błędem poświęcanie całej godziny jednej z tych gier, albowiem lekcja boiskowa w każdym wypadku musi składać się z wspomnianych uprzednio głównych elementów.

Te formy ruchu, zamieszczone niejako w środkowej części lekcji boiskowej, muszą być niejednokrotnie przeplatane ćwiczeniami rozluźniającemi, co ma szczególnie doniosłe zadanie w ciągu dnia szkolnego, kiedy młodzież wykazuje raczej tendencję do napinania mięśni, niż ich rozluźniania. Odpoczynek po normalnie przeprowadzonych ćwiczeniach nastąpi szybko chociażby przez zastosowanie miarowego, powolnego kroku i kilku najprostszych ruchów kończyn górnych.

Co do czasu lekcję należy tak rozłożyć, by na ćwiczenia korektywne poświęcić nie więcej jak 10 minut, a na końcowe 3 do 4 minut, wobec czego na zasadniczą formę ruchu boiskowego pozostanie 31 — 32 min.

Ćwiczenia porządkowe powinny być tylko podrzędnym (być może koniecznym) zabiegiem przy manewrowaniu gromadą, ale jako specjalne ćwiczenia w rachubę nie wchodzą. Wyjątek mogą stanowić jedynie te lekcje, podczas których nauczyciel dla pewnych organizacyjnych celów chce, korzystając z boiska, przeprowadzić niekiedy z klasą musztrę formalną. Oczywiście w żadnym wypadku nie można tego czynić z młodzieżą klas niższych i dziatwą szkół powszechnych. Lekcja boiskowa musi być interesująca, żywa i tempem dostosowana do temperatury powietrza. W dni chłodne, zwłaszcza wczesną wiosną i jesienią, gdy chłód bywa często dokuczliwy, ruch winien być szybszy, obliczony na dobre rozgrzanie mięśni. W dni gorące, a nawet upalne, kiedy warunki dla pracy serca są utrudnione, ruch winien być znacznie łagodniejszy, przeplatany odpoczynkami w formie spokojnej zabawy.

Duże znaczenie dla lekcyj boiskowych będzie miał odpowiedni ubiór młodzieży. Normalnie używany przez młodzież kostjum ćwiczebny, złożony z krótkich majteczek satynowych i bluzek lub koszulek, nadaje się na boisko tylko w dni ciepłe, kiedy bardzo jest pożądane połączenie z ćwiczeniami kąpieli powietrzno-słonecznej. Początek wiosny i jesień, kiedy temperatura bywa niska i nie sprzyja szybkiemu rozgrzewaniu się mięśni, młodzież powinna posiadać t. zw. ubranie treningowe (bluza i długie spodnie z trykotu lub flaneli).

Gdy zadość się uczyni zasadniczym warunkom t. zn. opracuje w sposób racjonalny program lekcyj boiskowych i zatroszczy o odpowiedni dla młodzieży ubiór, można będzie pracę na boiskach rozpocząć bardzo wcześnie. Zadanie to winno stać się nader aktualne dla dyrekcyj szkół i wychowawców fizycznych, albowiem korzyści, które daje organizmowi ruch na świeżem powietrzu, nie zastąpi nigdy praca w dusznych, często mrocznych i źle utrzymanych salach.

WIZ. H. OLSZEWSKA

SKRZYNKA ZAPYTAŃ.

12. Kolega P. W. Prowadzi Kolega, jako wychowawca klasę IV, a ponadto uczy ćwiczeń cielesnych w klasach V, VI i VII. Zapytuje Kolega, w jaki sposób możnaby było tak zorganizować wycieczki dla tych klas (rocznie po dwie wycieczki całodzienne w każdej klasie), aby na tem nie ucierpiała nauka w klasie IV. Całkowicie nie da się to osiągnąć, jednak stratę w klasie IV można znacznie osłabić. W klasie IV także obowiązują dwie wycieczki w ciągu roku. Można zatem zabrać na wycieczkę klasy IV i V lub inną klasę wyższą. Naturalnie, taką wielką grupą nie może się opiekować tylko jeden nauczyciel; należy więc wejść w porozumienie z kolegami, pracującymi w klasach wyższych, i zorganizować wycieczkę przy ich pomocy. A jeżeli pójdzie dwu lub trzech kolegów, wycieczkę będzie można doskonale wykorzystać nietylko dla celów W. F. ale także i'dla nauczania innych przedmiotów, np.: przyrody, geografji i t. p. Ponieważ zaś klasy VI i VII można znowu potraktować łącznie, przeto strata Kolegi w jego klasie IV będzie znacznie zmniejszona. Całkowicie jednak nie da się jej uniknąć. Stanowisko kierownika szkoły, który nie godzi się na zastąpienie lekcyj Kolegi w klasie IV przez nauczycieli z innych klas, zwolnionych ze swych zajęć na skutek wycieczki, jest zupełnie nisłuszne. Pomoc drużyny harcerskiej przy organizowaniu wycieczki jest bardzo pożądana, ale nie można drużynie całkowicie oddawać klasy pod opiekę, tylko wykorzystać harcerzy do pomocy przy organizowaniu zarówno samej wycieczki, jak i ewentualnego biwaku. Wreszcie najdrażliwsza sprawa odpowiedzialności za niezorganizowanie wycieczki. Odpowiedzialność ta spada na kierownika szkoły, ale tylko w tym wypadku, gdy nie godzi się on na proponowaną organizację i nic wzamian nie wysuwa. Radzimy więc Koledze postąpić w sposób następujący: na posiedzeniu Rady Pedagogicznej wnieść sprawę wycieczek i przedstawić wypracowany przez siebie plan zorganizowania w pewnym określonym czasie wycieczek dla klas, które Kolega prowadzi. Plan musi być opracowany szczegółowo i winien być podany w formie gotowego wniosku. Jeżeli ktoś z grona lub kierownik szkoły opowie się przeciwko przyjęciu planu, wtedy należy prosić o przedstawienie konkretnego kontrprojektu. Cała akcja, naturalnie, musi być wiernie zaprotokułowana. W razie jakiejś kontroli wykaże się Kolega protokułem posiedzenia Rady Pedagogicznej i w ten sposób całkowicie złoży z siebie odpowiedzialność. Po przeprowadzeniu całej akcji prosimy o artykuł na ten temat, bo jest on niezmiernie interesujący dla szerokich rzesz naszych kolegów.

13. Koleżanka J. D. Zapytuje Koleżanka, czy wobec brudu dzieci ich porwanej bielizny i t. p. nie należałoby unikać rozbierania dzieci do ćwiczeń cielesnych, bo — po pierwsze — sprawia się im wielką przykrość obnażaniem ich niechlujstwa, któremu nie są bezpośrednio same winne, a powtóre, brudna skóra i bielizna wydziela bardzo przykrą dla otoczenia woń. Poruszyła Koleżanka wielką bolączkę, gdyż całkowicie musimy przyznać rację gdy idzie o oszczędzenie dziecka, a zwłaszcza tych, które wstydzą się swej nędzy; z drugiej strony znowu nie wolno nam zaniedbywać okazji do wejrzenia w sprawę ubioru dziatwy i nie wolno nam dopuścić do ćwiczenia w tych straszliwie niehigjenicznych warunkach, jakie stwarza brudna skóra i bielizna dziatwy. Trudno nam dać Koleżance jakąś generalną radę; trzeba się tu kierować dokładną znajomością dziatwy i tam, gdzie warto, oszczędzić; tam zaś, gdzie wrażliwość na

to została już przytępiona, może właśnie zaostrzyć ją przez zwrócenie uwagi. Oszczędzić możemy, częściowo przynajmniej oddzielając dziatwę przy rozbieraniu, niech np. dzieci, mające porwaną bieliznę, rozbierają się na pauzie przed wszystkiemi innemi dziećmi, niech brudasy rozbierają się już po wejściu innych dzieci na salę gimnastyczną. Powtarzam, takie oszczędzenie może mieć miejsce tylko wtedy, gdy mamy przekonanie, że przyniesie ono sprawie niewątpliwe korzyści; dziecko, oszczędzone w ten sposób, poprostu przez wdzięczność dołoży wszelkiech starań, aby na przyszłość być czystem i należycie ubranem.

14. Kolega J. R. Zapytuje Kolega, czy śpiew w czasie w czasie lekcji może zastąpić ćwiczenia śródlekcyjne. Nie, proszę Kolegi. Śpiew, jakkolwiek sam w sobie stanowi przedłużone wydechy, to przecież nie może zastąpić ćwiczeń śródlekcyjnych, których istotą jest wzmożenie oddechu poprzez ruch, powodujący zwiększenie zapotrzebowania tlenowego. Poza tem ćwiczenia śródlekcyjne winny dać młodzieży okazję do rozprostowania się i poprawienia postawy.

PRZEGLĄD WYDAWNICTW

OCENY KSIĄŻEK.

Konstanty Pietkiewicz. „Nauka jazdy na nartach". Str. 256. Ilustr. 103. Skład Główny Nasza Księgarnia. Warszawa 1935 r.

Ostatnio ukazała się wartościowa praca prof. Konstantego Pietkiewicza, traktująca o narciarstwie. Praca ujęta jest jako metodyczny podręcznik narciarski, przeznaczony przedewszystkiem dla szkół. Poprzedza ją piękna i bardzo chwalebna dla autora przedmowa ministra inż. A. Bobkowskiego, prezesa Polskiego Związku Narciarskiego.

Treść podręcznika podzielona jest na trzy rozdziały, z których pierwszy omawia zagadnienie narciarstwa w szkole i metodykę nauczania, drugi — obejmuje zasób materjału nauczania, trzeci — wycieczki i obozownictwo narciarskie, pierwszą pomoc, sprzęt narciarski i smarowanie nart.

Autor, co jest jego wielką zasługą, poraz pierwszy w literaturze narciarskiej wprowadza podział nauczania narciarstwa na stopnie, dostosowując zasób materjału ćwiczeń do poszczególnych okresów rozwojowych młodzieży, co niezwykle pogłębia metodykę tego sportu, czyniąc nauczanie go bardziej systematycznem i owocnem.

Zasób materjału przewidziany na pierwszym stopniu nauczania, obejmujący t. zw. ćwiczenia „oswajające", jest nawskroś oryginalny, przez inne prace narciarskie dotychczas nie ujmowane. Obejmuje on ogromną ilość rozrywkowych ćwiczeń narciarskich, zabaw i gier, — stanowi prawdziwe źródło dla ćwiczeń zwłaszcza w szkole powszechnej i niższych klasach szkoły średniej.

Zasób materjału nauczania przewidziany dla drugiego stopnia nauczania obejmuje ewolucje t. zw. „zasadnicze", są one opisane interesująco i metodycznie. Każda ewolucja jest rozwinięta „formami przygotowawczemi", dającemi obraz ćwiczeń, przy pomocy których metodycznie podchodzi się i przygotowuje daną ewolucję — i „formami usprawniającemi", które umiejętność danej ewolucji usprawniają. Ten stopień nauczania dotyczy wyższych klas szkoły powszechnej i środkowych — szkoły średniej.

Zasób materjału przewidziany dla trzeciego stopnia nauczania obejmuje t. zw. ćwiczenia „usprawniające” o charakterze zręcznościowym i wytrwałościowym. Jest to dział ćwiczeń przeznaczony dla liceum (obecne VII i VIII kl.), rozwija on umiejętność jazdy na nartach ćwiczeniami zręcznościowemi wytrwałościowemi, traktując między innemi o „biegach orjentacyjnych”, które jako zimowe uzupełnienie ćwiczeń polowych, przy swej niezaprzeczonej wartości wychowawczej — powinien znaleźć szerokie zastosowanie w naszem szkolnictwie.
Zasób materjału zawarty w 200 ćwiczeniach (które mogą być rozwinięte do znacznie większej ilości sposobem w podręczniku podanym) jest bogato ilustrowany (ponad 100 klisz). Rysunki ujęte filmowo doskonale ilustrują najważniejsze momenty ruchu, czyniąc go jasnym i zrozumiałym.
Rozdział trzeci podręcznika podaje rzecz zupełnie nową w literaturze polskiej — obozownictwo narciarskie, które jest wartościowym materjałem ćwiczeń dla drużyn harcerskich, hufca szkolnego i zaprawiających narciarzy wyższych klas.
Charakterystyka sprzętu i wskazówki dotyczące jego wyrobu, mają dla rozpowszechnienia narciarstwa w szkole na wsi duże znaczenie, podobnie jak recepty domowego wyrobu smarów narciarskich.
Praktyczna i przejrzysta tabela smarowania nart zaoszczędzić może mniej doświadczonym narciarzom wiele kłopotów, charakterystycznych nieszczęśliwych wypadków na nartach, które muszą być znane każdemu nauczycielowi wychowania fizycznego.
Pracę swą p. Pietkiewicz, będąc zarówno sprawnym narciarzem, jak i cenionym w tej dziedzinie metodykiem (autor wielu artykułów z zakresu metodyki narciarstwa), oparł na własnem doświadczeniu pedagogicznem, na istniejącej współczesnej literaturze narciarskiej — przedewszystkiem polskiej, skandynawskiej i niemieckiej, oraz doświadczeniach i obserwacjach najskuteczniej stosowanych systemów nauczania narciarstwa w Skandynawji.
Praca ta, o niezwykle bogatym zasobie materjału, obliczonym na cały czas pobytu uczniów w szkole, powinna się znaleźć w rękach każdego wychowawcy fizycznego zarówno w szkole powszechnej, jak i średniej.
Ułatwi ona nauczanie narciarstwa w sposób wesoły, urozmaicony i metodyczny. Nie powinno tej książki zabraknąć w szkolnych bibljotekach dla uczniów.

JAN LECHOWSKI

Bibljoteka p. t. „Wychowanie Fizyczne u Kobiet”. Pod redakcją K. Muszałówny, sekretarza Rady Nauk. W. F. i d-ra E. Reicherówny, docenta Uniw. Warszawskiego. Główna Księgarnia Wojskowa, Warszawa 1935.

Tom. I. — D-r Adolf Wojciechowski (Doc. Uniw. Warsz.) — „Uszkodzenia sportowe u kobiet”. Z przedmową gen. d-ra S. Roupperta (wiceprzewodniczącego Rady Nauk. Wych. Fizycz.) z ilustr. Cena 1.50.
Tom II — d-r Jadwiga Pągowska, Zofja Wołowska, Halina Żółtowska — „Turystyka górska i nizinna”. Z przedmową płk. dypl. Wł. Kilińskiego (Dyrektora PUWF) z ilustr. Cena 3.50.

Tom. III — d-r Hanna Jabłczyńska-Jędrzejewska przy współpracy A. Heinricha, d-r S. Leszczyckiego i St. Zytkowiczowej. Z ilustr. Cena 5.50.
Z inicjatywy Państwowego Urzędu Wychowania Fizycznego i Przysposobienia

Wojskowego i przy jego współudziale przystąpiła Główna Księgarnia Wojskowa w Warszawie do wydania bibljoteki wymienionej w nagłówku.
Jak wynika z przedmowy redakcji, wydawnictwo będzie wysyłało w świat co miesiąc oddzielne tomiki, poświęcone odrębnej gałęzi sportu lub paru pokrewnym. Głównym jego celem jest dostarczenie szerokiej rzeszy kobiet, uprawiającej ćwiczenia sportowe nie pod kątem widzenia zawodnictwa, lecz jako środek kultury fizycznej, odpowiedniej lektury. Każda książka, zagadnienia w niej zawarte, traktuje wszechstronnie i poza rysem historycznym obejmuje: praktyczne i teoretyczne podstawy danego ćwiczenia, wskazania dla ćwiczących, szczególnie tych, którzy nie posiadają ambicyj zawodniczych, oraz wskazania lekarskie. Wskazania lekarskie wyjaśniają cel i znaczenie opieki lekarskiej nad sportem oraz wskazują środki, jakiemi ta opieka rozporządza. Słusznie podkreśla się tu, że wiedza lekarska ma znaczenie w sporcie tylko wówczas, gdy jest zastosowana w odpowiednim czasie. Medycyna bowiem nie posiada tak uniwersalnych środków, któreby szybko i niezawodnie usuwały szkodliwy wpływ ćwiczeń cielesnych, występujący przez niewłaściwe zastosowanie lub nieodpowiednio dobrane ćwiczenia. Primum non nocere! winno być myślą przewodnią zastosowania ćwiczeń cielesnych wśród szerokich warstw społecznych. Wydawnictwo, które sobie na naczelnem miejscu postawiło podobne zadanie jest wprost nieocenione. Jeśli do tego dodamy, że zagadnienia, poruszane w poszczególnych książkach, potraktowane zostały w sposób bardzo przystępny, powiedziałbym nawet popularny, stanie się jasnem, że winny się one znaleźć nietylko w rękach nauczycieli i instruktorów, ale również na szeroką skalę należy je rozpowszechniać między ćwiczącymi. W porę przeczytane posłużą nietylko jako drogowskaz przy treningu, ale z pewnością niejednego ćwiczącego uchronią od mogących powstać przy uprawianiu ćwiczeń cielesnych niedomagań lub schorzeń ustroju.

I. Poza przedmową gen. Roupperta, traktującą między innemi o ważności zagadnienia kontroli lekarskiej w sporcie i przedmowy redakcji, podręcznik składa się z 3-ch rozdziałów. W pierwszych p. t. „Uwagi ogólne ze stanowiska chirurgicznego, dotyczące wychowania fizycznego kobiet" mowa jest o odrębnościach budowy kobiecej i związanych z nią częstych deformacjach oraz wnioskach stąd płynących przy zastosowaniu ćwiczeń fizycznych. Drugi: „Pierwsza pomoc w wypadkach sportowych" zawiera uwagi ogólne o stosowaniu pierwszej pomocy, i trzeci: „Uszkodzenia najczęstsze i znamienne dla poszczególnych rodzajów ćwiczeń cielesnych" został posegregowany według rodzajów ćwiczeń. Na końcu dołączone zostały dwie tablice: 1) Wpływ poszczególnych sportów na stany chorobowe i 2) Wpływ niektórych schorzeń chirurgicznych na wykonanie ćwiczeń cielesnych. Tablice te, ułożone przez wybitnego lekarza-specjalistę mogą stanowić cenną pomoc dla wielu praktykujących lekarzy szkolnych, dla których wskazania i przeciwskazania do ćwiczeń stanowią niekiedy węzeł gordyjski. Książka mimo naukowej treści, napisana jest popularnie i jest jedyną, dotychczas opublikowaną u nas pracą, jeśli idzie o ostatnio poruszany temat. Z powodzeniem może być wykorzystana nietylko przez lekarzy sportowych i szkolnych, ale również przez nauczycieli i instruktorów ćwiczeń cielesnych oraz przez ćwiczące same.

II. Treść książki poprzedzają przedmowy płk. dypl. W. Kilińskiego, dyr. Państw. Urzędu W. F. i P. W. redakcji oraz krótki wstęp na temat znaczenia

turystyki dla kobiety. Podręcznik składa się z trzech zasadniczych działów: „Turystyka górska", „Turystyka nizinna" oraz „Wskazania lekarskie dla turystów". Każdy z tych działów rozpada się zkolei na mniejszy, a obok tego dwa pierwsze gwoli przejrzystości podzielone zostały na jeszcze mniejsze. Wszystkie sprawy, związane z turystyką, zostały potraktowane tu wszechstronnie i z wielką znajomością rzeczy. Znajdujemy tu wskazówki, niezbędne do racjonalnego przeprowadzania wycieczek. Treść uzupełniona została bogatą bibljografją. Ciekawy i pouczający materjał, znajdujący się w niej, przeznaczony dla kierowników wycieczek turystycznych, z wielkiem pożytkiem może być wykorzystany również przez nauczycieli i wychowawców, którzy — zgodnie z obowiązującym obecnie w szkolnictwie programem — zmuszeni są urządzać szereg wycieczek na przestrzeni każdego roku szkolnego. Szata zewnętrzna, jak zresztą wszystkich wydawnictw Głównej Księgarni Wojskowej, przedstawia się bez zarzutu. Książka znalazła się w bibljotece wychowania fizycznego kobiet, lecz jak słusznie podkreśla płk. Kiliński w przedmowe, „jest poniekąd rzeczą przypadku". Może i winna być wykorzystana z powodzeniem dla turystyki męskiej.

III. Poraz pierwszy w literaturze polskiej narciarstwo zostało ujęte wszechstronnie. Uwzględniono tu również wszystkie sprawy, zahaczające o sport narciarski. Książka rozpoczyna się przedmową redakcji, po której następuje 14 rozdziałów. Rozdział pierwszy zawiera historję narciarstwa w zarysie z podaniem rekordów narciarskich. Rozdziały: drugi traktuje o ubraniu narciarskiem, trzeci — o ekwipunku narciarskim, czwarty — o sprzęcie turystycznym. W dalszym ciągu zostały opracowane, niektóre nawet z wielką drobiazgowością i V. „Technika jazdy" (doskonale ilustruje schematyczne stanowią wybitną pomoc w zrozumieniu treści, gdyż wyjątkowo dokładnie oddają poszczególne fazy ćwiczeń tu opisanych). VI — szkolenie. VII — Zawody i odznaki. VIII — Turystyka narciarska". IX — „Ośniegu i smarowaniu nart". X — „Fotografja w zimie". „Odżywianie". (Tu przez niedopatrzenie w korekcie na str. 240 wkradła się omyłka drukarska: miast kalorymetrycznej, winno być kalorycznej, jak zresztą podano w „spisie rzeczy". XII — „Opieka lekarska w narciarstwie" (w rozdziale tym gwoli przejrzystości na str. 259 ustęp, zaczynający się od wyrazów: „Podczas jazdy na nartach" zamieściłbym „Czynność nerwowa". Pozatem wyrazy na str. 256 „Praca mięśni" i na str. 257 „Praca narządów wewnętrznych" zamieniłbym wyrazami „Czynność mięśni" i „Czynność narządów wewnętrznych". Niezawsze bowiem czynnościom narządów ustroju musi towarzyszyć praca w znaczeniu fizycznem, a przeto i w innych miejscach książki wyrazy „praca mięśni" zamienić należałoby na „czynność mięśni". XIII — „Różne krótkie informacje" i XIV — „Literatura narciarska i mapy".

Książka godna jest szerokiego rozpowszechnienia wśród adeptów sportu narciarskiego. Również instruktorzy i nauczyciele znajdą w niej dużo wartościowego materjału.

D. ROSENBERG

Z PRASY POLSKIEJ

„OŚWIATA I WYCHOWANIE" czasopismo wydawane nakładem Min. W. R. i O. P. zeszyt 2 — luty 1935.

Nauczycieli ćwiczeń cielesnych szkół średnich zaciekawi napewno treściwy i rzeczowy artykuł sprawozdawczy (podpisany H. O.): Z e s p o s t r z e ż e ń

nad realizacją nowego programu. Ćwiczenia cielesne w I klasie gimnazjalnej.

Sprawozdawca na początku zastrzega się, że „okres czasu (realizacji programu) jest niewystarczający, by orzeczenie mogło być ścisłe i bez zastrzeżeń wyczerpujące", następnie przystępuje do rozpatrzenia poszczególnych działów ćwiczeń cielesnych: „Ćwiczenia gimnastyczne... zostały zrealizowane niemal w zupełności...; materjał, zawarty w programie, uporządkował pracę nauczycieli". „Gdzieniegdzie przeszkodą w dojściu do celu były zbyt małe dla liczniejszej grupy ćwiczących, lub nieodpowiednio i niedość wyposażone sale".

Autor zaznacza, że nowy program przyczynił się wybitnie do wyzyskania otwartych, terenów dla celów ruchowych. Ze sportów głównie pływanie i narciarstwo, w dalszym ciągu słabo jest postawione w szkolnictwie. „Główną przyczyną tego jest brak naturalnych warunków terenowych, zbyt drogi sprzęt... chociaż młodzież wykazuje wybitne zamiłowanie do sportów wodnych i zimowych".

Podobnie rzecz się przedstawia z ćwiczeniami i grami polowemi, ponieważ ogół nauczycielstwa nie zdołał do tej pory dostatecznie przygotować się, a pozatem ćwiczenia te wymagają odpowiednich i bezpiecznych terenów.

W realizacji ćwiczeń dziesięciominutowych natrafiono na pewne trudności. „... w dość licznych wypadkach musiały się one odbywać w korytarzach wąskich, sztucznie oświetlanych, lub nawet w klasach pomiędzy ławkami".

Sprawozdawca w zakończeniu stwierdza, że „to, co zdołano uczynić, jakkolwiek nie stanowi jeszcze całkowitej pełni programu, jest poważnym dorobkiem, zwłaszcza, jeśli się zważy, iż warunki pracy naogół mało się zmieniły i w szybkiem tempie udoskonalić się nie dadzą". „Obok tego, jako wynik realizacji, programu, bezsprzecznie cennym przejawem jest powszechny wzrost zrozumienia potrzeby i ważności ćwiczeń cielesnych".

„START". Popularny ten dwutygodnik nie ma już obecnie (jak to widać z ostatnich zeszytów) stałej rubryki szkolnej, a szkoda, gdyż jako jedyne pismo poświęcone wychowaniu fizycznemu, które docierało do szerokiej rzeszy czytelników (a nawet raczej czytelniczek) niespecjalistów, informowało starsze społeczeństwo o zadaniach szkoły w tym zakresie wychowania; informowało tych, którzy szkołą zainteresowani byli, jako rodzice, opiekunowie lub krewni dziatwy i młodzieży uczącej się.

W n-rze 6 wychowawcę fizycznego zainteresują artykuły: H. J. — „Harcerskie biegi zespołowe", Z. Wielińskiego — „Jak uczyć się crawla", I. Pawskiej — „O teren pływacki dla dzieci" i D. Rosenberga — „Nieco o wycieczkach szkolnych".

Z. Pawska, instruktorka Polskiego Związku Pływackiego stwierdza, że w Polsce trudne są warunki nauczania tego niezbędnego sportu. Nauczać należy pływania craw'lem. Trzeba mieć do rozporządzenia odpowiednie baseny na wolnem powietrzu, jeśli już nie najidealniejsze — kryte pływalnie. Autorka nawołuje do podjęcia jaknajenergiczniejszej akcji w kierunku budowania odpowiednich pływalni i udostępnienia już istniejących.

D. Rosenberg zwraca uwagę na zaśmiecanie terenów przez wycieczki

oraz karygodne zachowywanie się młodzieży w stosunku do zasad o ochronie przyrody (łamanie gałęzi, niszczenie krzewów i roślin). Autor zaznacza, że „nieopowiednie ustosunkowanie się młodzieży do spraw poruszonych najczęściej nie jest wynikiem złośliwości, a tylko nieświadomości".

Drugi zeszyt pisma sportowego młodzieży „STADJON MŁODYCH", zawiera treść, która napewno zainteresuje młodych czytelników. Czasopismo to winno się znaleźć w każdej świetlicy szkoły powszechnej i średniej.

T. ZYGLER

Z ŻYCIA SEKCJI

WYCIECZKA DO DANJI I SZWECJI.

Sekcja Naucz. Wych. Fizycznego przy Zarządzie Głównym Z. N. P. organizuje naukową wycieczkę dla nauczycieli prowadzących wychowanie fizyczne w szkołach powszechnych, średnich, zawodowych i specjalnych do Kopenhagi i Lund statkiem „Pułaski" dn. 9 — 13 maja. Ministerstwo W. R. i O. P. uczestnikom wycieczki udziela urlopów.

Program wycieczki obejmuje:

1) hospitacje lekcyj w szkołach powszechnych i średnich w Kopenhadze i Lund.
2) Zaznajomienie się z gimnastyką pozaszkolną met. A. Bertram i N. Bukha i z gimnastyką leczniczą Thulin.
3) Zwiedzenie Instytutów W. F. w Kopenhadze i Lund.
4) Zwiedzenie Kopenhagi.

Wycieczkę prowadzi kol. Jan Lechowski. Całkowity koszt wycieczki (oprócz tramwajów) wynosi 120 zł. (niecłonkowie Z. N. P. 130 zł.) płatne: 1-sza rata 60 zł. wraz ze zgłoszeniem do dn. 25 kwietnia, reszta najpóźniej 5 maja. Ilość miejsc ściśle ograniczona. Wpłacać: Zarząd Główny, konto czek. 435., na odwrocie dopisek: Kopenhaga — Lund.

KRONIKA

VII KONGRES MIĘDZYNARODOWY WYCHOWANIA FIZYCZNEGO.

Federacja belgijska gimnastyki wychowawczej organizuje w dn. 30 czerwca— 7 lipca 1935 r. Międzynarodowy Kongres Wychowania Fizycznego, którego obrady częściowo będą się toczyły w lokalach Wystawy Powszechnej w Brukseli, częściowo zaś w innych miastach belgijskich. Poprzednie sześć Kongresów Międzynarodowych rozpatrywało już różne zagadnienia, których celem było przyjście z pomocą poszczególnym organizacjom narodowym, obciążonych obowiązkiem czuwania nad rozwojem fizycznym młodzieży. Te Kongresy zbierały się: w Paryżu (1900), w Liege (Belgja, w 1905), w Brukseli (1910), w Odense (Danja — 1911), w Paryżu (1913) i w Sztokholmie w 1930.

Chociaż we wszystkich krajach przedkładano żądania rozmaitej treści czy to władzom państwowym, czy też środowiskom pedagogicznym lub sportowym, nie da się zaprzeczyć, że nie uzyskano dotychczas jeszcze należytej koordynacji środków, które należałoby zastosować, aby zapewnić racjonalny rozwój programom, mającym znaleźć zastosowanie w różnych stadjach wzrostu.

Na kongresie obecnym będą omawiane rozliczne kwestje, a jego celem jest rozważenie specjalnie tych zagadnień, które mogą się szczególnie przyczynić do coraz bardziej skoordynowanego rozwoju sprawy Wychowania Fizycznego. VII Kongres stanowi część Tygodnia Wychowania Fizycznego, organizowanego w Brukseli. Na tydzień ten złoży się szereg uroczystości i zawodów sportowo-gimnastycznych, w których wezmą udział liczne sekcje zagraniczne, składające się z wybitnych gimnastyków oraz 6.000 dzieci ze szkół miasta Brukseli.

Poza ofcjalnemi przyjęciami członkowie Kongresu wezmą udział w wycieczkach do Antwerpji, Liege, Ostendy i na wybrzeże. Na czele Komitetu Organizacyjnego stoi p. d-r Gunzburg, profesor uniwersytetu w Brukseli.

Wszelkich informacyj udziela Sekretarjat Generalny VII Kongresu Międzynarodowego, avenue Victor Jacobs, Bruksela, który prześle broszurę, zawierającą regulamin Kongresu, jego program i prace, komisje, sekcje etc. każdemu, kto się doń o to zwróci.

BUDOWA STRZELNICY I OŚRODKA P. W.

Zarząd Nauczycielskiego Klubu Strzeleckiego za aprobatą Kuratorjum Okręgu Szkolnego Warszawskiego przystępuje do budowy strzelnicy małokalibrowej i Ośrodka P. W. w Parku Szkolnym im. króla J. Sobieskiego w Warszawie. W tym celu powołało do życia Komitet Budowy złożony z przedstawicieli Kuratorjum, Okręgowego Urzędu P. W. i W. F. oraz Nauczycielskiego Klubu Strzeleckiego. Budowa zostanie przeprowadzona w dwu fazach. Pierwsza faza obejmie budowę strzelnicy otwartej na 50 metrów o 20 stanowiskach. W drugiej fazie ma być wybudowana hala do ćwiczeń, magazyn mundurowy, magazyn broni, świetlica. Otwarcie strzelnicy nastąpi w dniu tegorocznego święta wych. fizycznego i przysp. wojsk., to jest 25 maja.

W inicjatywie swej Zarząd N. K. S. kierował się następującemi motywami: 1) przysposobienie młodzieży do obrony kraju stało się ideą powszechną, 2) lokale szkolne najczęściej nie odpowiadają warunkom pracy P. W., 3) niedostateczna ilość strzelnic w stolicy wpływa hamująco na rozwój sportu strzeleckiego w szkołach, 4) młodzież szkolna na własnej strzelnicy znajdzie należytą opiekę wychowawczą.

REDAKTORZY: FELIKS FRANKIEWICZ, TADEUSZ ZYGLER.

WYDAWCA W IMIENIU ZWIĄZKU NAUCZYCIELSTWA POLSKIEGO: STANISŁAW MACHOWSKI